

Yoo COVID-19 dhaan qabamtan maal gochuu akka qabdan

Cuunfaa Jijiiramoto Onkoloolessa 24, 2022

- Odeeffannoo haaraa waa'ee wal'aansa COVID-19
- Odeeffannoo waa'ee qorannoo antijeenii fayyadamuun yoom adda baafamuu xumuruu fi haguuggii fululaa keessan baafachuu akka qabdu murteessuuf dabalam
- Qajeelfama dabalataa waa'ee mallattoolen dhukkubaa yoo deebi'anii maal gochuu akka qabnu ilaallatu
- Namni tokko yoom daddarbarsuu akka danda'u ilaachisee odeeefannoo haaromfame
- Qajeelfama namoota COVID-19 dhaf saaxiluu dandeessan beeksisuu ilaachisee dabalam

Seensa

COVID-19'n yoo qabamtan, namoota birootti akka hin dabarref tatamsa'ina COVID-19 ittisuu ni dandeessu. Wal'aansa, adda baafamuu, fi maaskii uffachuu ilaachisee qajeelfama armaan gadii hordofaa. Akkasumas maaloo imaammata bulchiinsa fayyaa naannoo, bakka hojii, daldalaa, ykn mana barumsaa kamiyyuu namoota COVID-19 dhan qabamaniif kennamu hordofaa, kunis qajeelfama WA State Department of Health (Qajeelcha Fayyaa Isteettii WA) caalaa daangessaa ta'uu mala.

- Namoonni dhaabbata eegumsa fayyaa keessa jiraatan, hojjetan, ykn daawwatan qajeelfama [Interim Recommendations for SARS-CoV-2 Infection Prevention and Control in Healthcare Settings](#) keessatti argamu hordofuu qabu (Afaan Ingiliffaa qofa).
- Yoo bakka hojii namaan guutame, mana jireenyaa hojjettoota yeroo gabaabaa, bakka daldalaa galaanaa, dhabbata mana sirreessaa ykn hidhaa, dawoo namoota mana hin qabnee, ykn mana jireenyaa ce'umsaa keessa hojjettan ykn jiraattan ta'e, maaloo qajeelfama [yoo bakkeewwan kanneen keessaa bakka kamiyyuu jiraatta ykn hojjatta ta'e](#) jedhu jala jiru hordofaa.

Wal'aansa isin barbaachisuu fi dhiisuu isaa murteessaa

Yoo qorannoon pozeetivii ta'ee fi sababa umrii kee ykn haala qoricha yeroo dheeraa fudhachuu keessaniin carraan COVID-19 dhan baay'ee dhukkubsachuu keessan guddaa ta'e, wal'aansonni carraa hospitaala ciisuu ykn dhukkuba kanaan du'uu keessan hir'isuu danda'u ni argama. Qorichootni COVID-19 wal'aanuuf gargaaran bu'a qabeessa akka ta'an ogeessa fayyaatin ajajamuu fi dhibee qabaachun erga beekamee booda dafee eegalamuu qabu. Yeroo ammaa kana mallattooleen keessan salphaa ta'anis, wal'aansa argachuuf gahumsa qabaachuu keessan

murteessuf battalumatti ogeessa fayyaa qunnamaa. Odeeffannoo dabalataa waa'ee [wal'aansota COVID-19](#) adda ta'e (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) fi akkaataa wal'aansa itti argatanisinii fi ogeessa fayyaa keessaniif argachuuf, fuula weebasaayitii DOH daawwadhaa.

Manatti adda of baasuu

Namoonni qorannoo COVID-19 irratti pozeetivii ta'an ykn kanneen mallattoolee COVID-19 qabatanii fi bu'aa qorannoo eeggatan kunuunsa fayyaa argachuuf malee mana keessatti namoota biroo irraa fagaatanii adda bahuu qabu. Namoonni COVID-19 qaban namoota birootti dabarsuu danda'u. Mana keessatti adda bahuun namoonni biroo akka hin dhukkubsanne gargaara. Haalli talaallii keessanii kan fedhe ta'us adda of baasuu qabdu. Namni talaallii fudhate tokko COVID-19 dhan yoo qabame, ammas dhukkuba kana namoota birootti dabarsuu danda'a, garuu talaallii COVID-19 talaallamuun, carraa hospitaala ciisuu ykn COVID-19 dhan du'uu baay'ee xiqqeessa. Namootni biroo gabaa akka isiniif dhaqan gaafadhaa yookin tajaajila giroosarii manatti isiniif fidu fayyadamaa. Yoo mana keessatti adda baatanii osoo jirtanuu nyaata ykn deeggarsa biroo barbaaddan, [Care Connect Washington](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) jira. Sarara bilbilaa Odeeffannoo COVID-19 1-800-525-0127 irratti bilbilaa, sana booda # dhiibaa, ykn [Care Connect](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu) wiirtuu keessan dubbisaa. Deeggarsi tajaajila afaanii jira. Imala, hojii, mana barumsaa, kunuunsa daa'immanii ykn bakka uummanni itti baay'atu hin deeminaa, ykn geejjibaa uummataa, konkolaataa waliin qooddatan ykn taaksii hin fayyadaminaa. Yeroo adda of baasan:

- Kuttaa murtaa'e namoota biroo irraa fagaate keessa turuu fi yoo danda'ame mana fincaanii adda ta'e fayyadamuudhaan miseensota manaa fi bineensota manaa dabalatee, namoota biroo mana keessa jiran irraa hanga danda'ametti adda ba'uu. Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Wirtuuwwan Too'annoo fi Ittisa Dhibee) 'n waa'ee [COVID-19 fi Beeylada](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu) odeeffannoo dabalataa qaba.
- Mana keessatti ykn bakkee uummataa keessatti naannoo namoota biroo jiraachun yoo isin irra jiraate, [haguuggii ykn meeshaa hafuura baafannaq qulqullina olaanaa qabu](#) (afaan hundi ni jiru) uffadhaa.
- Yoo danda'ame mana keessatti [gilleensa](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) fooyyessuuf tarkaanfilee fudhadhaa.
- Meeshaalee mana keessa dhuunfaa, kan akka kubbaayyawwan, fooxaawwanii fi meeshaalee waliin hin fayyadaminaa.
- Mallattoolee ofirratti ilaala. Yoo [mallattoo akekkachiisa hatattamaa](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) (kan akka rakkoo hafuura baafachu) qabaattan, hatattamaan kunuunsa yaalaa hatattamaa barbaadaa.
- Yoo beellama yaalaa idilee qabaattan (faallaa kunuunsa hatattamaa), osoo hin deemin dura bilbilaatii COVID-19 akka qabdan ykn COVID-19 dhaf qoratamaa akka jirtan ogeessa fayyaa keessanitti himaa.

Yeroo hammamiitif adda of baasuu fi haguuggii fuulaa uffachuun na barbaachisa?

Yoo qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatan, COVID-19 namoota birootti akka hin hin dabarsineef, **yoo xiqqaate guyyaa 5 mana turaa akkasumas namoota biroo mana keessan keessa jiran irraa adda of baasaa.**

Adda of Baasuu Xumuruu

Yeroo hammamiitif adda of baasuu akka qabdan wantoota hedduu irratti hundaa'a:

- Haguuggii fuulaa akka gaaritti isiniitti ta'u uffachuu danda'uu fi dhiisuu keessan,
- Turtii guyyoota 5 adda of baasuu booda guyyoota 6-10tti qorannoo COVID-19 godhuu itti fufuu fi dhiisuu keessan,
- Dhabee COVID-19 dhan akka malee dhukkubsachuu fi dhiisuu keessan ykn sirni ittisa qaamaa laafaa qabaachuu fi dhiisuu keessan, akkasumas
- Bakka namoonni baay'atankeessa jiraachuu yookan hojjechuu fi dhiisuu keessan irratti hundaa'a.

Yoo qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii fi mallattoolee (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu) qabaattan:

Mallattoolen keessan jalqaba erga mul'atanii booda, yoo xiqqaate **guyyoota 5** adda of baasa. Guyyoota guutuu 5 booda adda of baasuu dhiisu dandeessu yoo:

- Mallattoolen keessan guyyoota 5 booda jijiirama agarsiisuu jalqabanii, FI
- Qoricha hoo'a qaamaa hir'isu osoo hin fayyadamin sa'atii 24'f hoo'a qaamaa hin qabaanne

Yoo qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii garuu mallattoo tokkollee hin qabaanne

(afaan dabalataa tokko tokko ni argamu): Erga qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii booda, yoo xiqqaate **guyyoota 5'**f adda of baasaa. Mallattoo tokkollee yoo hin qabaanne, guyyoota guutuu 5 booda adda of baasuu keessaa bahuu dandeessu.

Erga qabamtaniin booda yoo mallattooleen isiinirratti mul'atan, guyyaan adda of baasu 5 jalqabuu qaba. Yoo mallattoolee qabaattan adda of baasuu xumuruu ilaalchisee gorsoota armaan olii hordofaa.

Yoom adda of baasuu akka xumurtan irratti osoo hin hundaa'in, mallattoolen dhukkubichaa erga isin irratti mul'atee (ykn yoo mallattoolee hinqabaanne, qorannoodhaf pozeetivii taatan) booda, guyyoota 10'f tarkaanfiiwwan armaan gadii fudhadhaa:

- Turtii adda of baasuu guyyoota 5 erga xumuramee booda, yoo xiqqaate guyyoota dabalataa 5'f (guyyaa 6 hanga guyyaa 10) naannoo namoota birootti haguuggii fuulaa ykn meeshaa hargansuu qulqullina gaarii qabuu fi qulqullina olaanaa qabu uffadhaa.
- Namoota sirna ittisa qaamaa miidhamaa (immunocompromised) qaban ykn dhukkuba hamaadhaf saaxilamoo ta'an (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu) irraa fagaadhaa, akkasumas gara dhaabbilee kunuunsa fayyaa (mana kunuunsa dullootaa dabalatee) fi bakkeewwan balaa guddaa qaban biroo hin deeminaa.

- Bakka haguuggii fuulaa uffachuu itti hin dandeenyne kan akka mana nyaataa fi mana jirenyaa tokko tokko hin deeminaa, mana keessattii fi iddo hojiitti naannoo namoota birootti nyaata nyaachuu irraa fagaadhaa.
- Yoo mallattoolen dhukkubaa irra deebi'anii mul'atan ykn hammaatan, yeroo adda of baasuu keessan guyyaa Otti deebitanii jalqabuu qabdu.
- Odeeffannoo imalaatif [Travel | CDC](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu).

Akkaataa yeroo adda of baasuu keessan itti shallagdan:

Yoo mallattooleen isiiniratti mul'atan, guyyaa 0 n guyyaa itti isiin jalqaba mallattoolee of irratti argitaan dha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaa isiin nama mallattoo of irratti argitaan.

Yoo mallattoolee tokkollee hin agarsiftan ta'e, guyyaan 0 guyyaa itti qoratamtamtidha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaaispeesimeeni booda akka qabamtaan qorannaan barame.

Gargaarsa argachuuf meeshaa DOH [Herregduu Adda Baasuu fi Kophaa Turuu](#)(afaan hundi ni argamu) ilaala.

Haguuggii keessan baafachuu

Adda of baasuu guyyaa 5 booda dhibee daddarbarsaa taatee turuu dandeessa. Yeroon adda of baasuu guyyoota 5 erga xumuuramee booda, [haguuggii fuulaa ykn meeshaa hargansuu haala gaariin isinitti ta'u fi qulqullina olaanaa qabu](#) (afaan hundaan ni argama) naannoo namoota birootti mana keessatti fi bakka namoonni baay'atanitti guyyoota dabalataa 5f (guyyaa 6 hanga guyyaa 10) uffachuu itti fufaa. Karaa biraatin, haguuggii fuulaa keessan yoom baafachuu akka qabdan murteessuuuf qorannoo antijeenii fayyadamuu yaadaa (armaan gaditti ilaala). [Maaskii akka gaariitti isinitti ta'u uffachuu yoo dadhabdan, guyyoota guutuu 10 adda baasuu itti fufuu qabdu.](#)

Fayyadama haguuggii fuulaa wal irraa hin cinne jechuun [haguuggii fuulaa ykn meeshaa hargansuu haala gaariin namatti ta'u fi qulqullina olaanaa qabu](#) (afaan hundaan ni argama) yeroo naannoo namoota biroos ta'e mana keessa ykn ala jirtan hunda uffachuu jechuudha. Rafuu, nyaachuu ykn bisaan daakuu dabalatee, yeroo haguuggii fuulaa uffachuu hin dandeenyetti sochiiwwan naannoo namoota birootti bobba'uu hin qabdu. Filanoowwan haguuggii fuulaa (kan akka ittisa fuulaa kan rarraq'a qabu) eegumsa hamma haguuggii fuulaa haala gaariin namatti ta'u fi qulqullina olaanaa qabuu hin kennan. Yoo haguuggii fuulaa haala gaariin isinitti ta'u uffachuu hin dandeenyne guyyoota 10f adda of baasuu qabdu.

Adda of baasuu irraa yoom bahuu akka qabdan murteessuu fi haguuggii fuulaa keessan itti baafattan murteessudhaaf, qorannoo antijeenii fayyadamuu Yoo qorannoo [farralagaa](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu) taasistan, yeroo adda of baasuu irra bahuuf karoorfattan, kan guyyaa 6 dura hin taane, qorannoo taasisuudhan carraa namoota biroo faaluu keessan daran hir'isuu dandeessu. Qoricha hoa'a qaamaa hir'isu osoo hin fayyadamin sa'atii 24f hoo'a qaamaa irraa bilisa yoo taatanii fi mallattoolen keessan kan biroo yoo fooyya'e qofa qorannoo jalqabaa. Dhandhama ykn funfachuu dadhabuun erga fayyanii booda, torban ykn ji'ootaaf itti fufuu waan danda'uuf, xumuura adda of baasuu tursiisuu hin qabu.

- Yoo qorannoona keessan pozeetivii ta'e, ammallee daddarbarsaa ta'uun keessan hin oolu. Itti fufuudhan adda of baasuu fi haguuggii fulaa uffachuu akkasumas sa'aatii 24-48 eeguun irra deebiin qoranno gochuu qabdu.
- Qorannoowwan tokkoon tokkoon isaanii sa'aatii 24-48 addaan fagaatanii raawwataman walitti aanan lama irratti yoo qorannoona keessan nageetivii ta'e, adda of baasuu xumuuruu fi guyyaa 10ffaa dura haguuggii fulaa uffachuu dhiisuu dandeessu.

Yoo guyyoota 10 keessatti qoranno irra deddeebi'amu irratti pozeetivii ta'uun itti fuftan, hanga bu'aa qoranno antijeen walduaraa duubaa negaatiivii lama argattuttanitti, iihaguuggii fulaa uffachuu itti fufuu fi namoota dandeettii dhukkuba ofirraa ittisuunisaanii hir'ate ykn dhukkuba cimaaf saaxilamuuf carraa guddaa qaban irraa fagaachuu qabdu.

Yoo dhukkubbiin cimaan COVID-19 isiiniratti mul'achuu ykn sirna dhukkuba ofirraa hir'isuu keessan dadhabu;

Namoonni COVID-19n akka malee dhukkubsatan (kanneen hospitaala ciisan ykn kunuunsa cimaa ykn deeggarsa qilleensaa barbaadan dabalatee) fi namoonni sirna ittisa qaamaa midhame (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) yoo xiqqaate guyyoota 10 fi hanga guyyaa 20 adda baafamuu qabu. Akkasumas yoom naannoo namoota biroo ta'uun akka danda'an murteessuuf, gormaata vaayirasii (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) fayyadamuun qoranno taasisuu isaan barbaachisuu mala. Yeroo itti deebitanii namoota biroo faana ta'uun itti dandeessan dhiheessaa tajaajila fayyaa keessan waliin dubbadhaa. Odeeffannoo waa'ee wal'aansaa fi qoricha isin gahumsa qabdaniif argachuuf, kutaa kutaa wal'aansaa armaan olii ilaalaa.

Bakki walitti qabamsaa namoota kanaa gadii keessaa tokko keessa jirtu ykn hojatuu ta'ee:

Namootni bakka namootni walitti qabaman keessa hojjatan ykn jiraatan qajeelfama kanaa gadii duukaa bu'uu qabu adda of baasu irrattii.

- Bakka sirreessa ykn turtii
- Mana kan hin qabne ykn mana yeroofii
- Haala teessuma daldalaa (f.k.n., bakka daldalaa nyaata bishaan keessaa, doonii fe'umsaa, doonii gurguddaa)
- Namoota bakka hojii namoonni itti hedsummatanii fi walirraa fageenyi qaamaa itti eegamuun hin dandeenye keessa hojjatan; kunis sababa bakkeewwan hojii kanneen akka mana kuusaa yookin warshaa keessatti walirraa fageenya qaamaa eegun rakkisaa ta'efi.
- Mana jirenya hojattoota yeroofii

COVID-19'n qabamtaniirtu yoo ta'ee fi mallattooleen yoo mul'atan, mana keessatti adda of baafanii turuu addaan kutuu kan dandeessu yoo mallattoon guyyaa jalqaba mul'ate irraaa **guyyaa 10 booda badeef**:

- Qorichaa mataa dhukkubbif kennaman osoo hin fudhatiin yoo sa'aatiwwan 24 f mataa dhukkubii kan hin qabaanne ta'e, **FI**
- Mallattooleen keessan fooyya'iinsa yoo agarsiisan.

Qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii yoo taatanii, garuu mallattoo tokkollee hin agarsiifne, erga qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii mallattoolen dhukkuba sitti hin mul'anne ta'e, **guyyooni 10** erga darbanii booda naannoo namoonni itti baay'atan irraa adda baafamuu xumuuruu dandeessu. Yoo erga qorannoodhaf pozeetivii taatanii booda mallattoolen isin irratti mul'atan, guyyoota 10f haala kana irraa adda of baasuu keessan irra deebitanii jalqabuu qabdu. Yoo mallattoolee qabaattan adda of baasuu xumuruu ilaachisee gorsoota armaan olii hordofaa.

Yoo mallattooleen isiiniratti mul'atan, guyyaa 0 n guyyaa itti isiin jalqaba mallattoolee of irratti argitaan dha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaa isiin nama mallattoo of irratti argitaan. Yoo mallattoolee tokkollee hin agarsiiftan ta'e, guyyaan 0 guyyaa itti qoratamtamtanidha. Guyyaa 1 guyyaa guutuu jalqabaaispeesimeeni booda akka qabamtaan qorannaan barame.

Yoo hojettan garuu bakka namoonni itti baay'atan keessa hin jiraanne ta'e, guyyoota guutuu 10 bakka hojii hin deeminaa akkasumas qajeelfama manatti adda of baasuu gabaabfame earmaan olitti kenname hordofaa.

Yeroo hojataan murteesson hir'atanitti, Namootni bakka sirreesaa, dhi'eessi bakka turtii, mana kan hin qabneef bakka turtii, fi mana yeroofii keessa hojataa yeroo adda of baasuu gabaabsuu danda'uu haala isaani irratti hundaa'uun. Haala kana keessatti murtoon yeroo adda of baasu gabaabsuu kan darbuu yeroo hojattootni fayyaa gorsuun murteessan dha.

Mallattoolen koo yoo deebi'an maal gochuun qaba?

Erga adda baafamuu xumuurtanii booda, mallattoolen COVID-19 keessan yoo deebi'anii mul'atan ykn hammaatan, guyyaa Otti adda of baasuu keessan irra deebi'aa eegalatii Hanga yoomiitti of adda baasuu fi haguuggii fulaa uffachuun na barbaachisa? armaan olii hordofaa. Waa'ee mallattoolee keessanii ykn yoom adda of baasuu akka xumuurtan gaaffiilee yoo qabaattan, ogeessa fayyaa waliin haasa'aa.

Yooman daddarbarsaa fi namoota biroo saaxiluu danda'a?

Namni qabame kara coba hargaansuu ykn paartikilooni xixxiqwoo kan akka aerosols, keessa jiraniitin vaayirasii tatamsaasuu ni danda'a, yeroo itti qabamanitti, namoonni COVID-19'tin qabaman mallattoolee arguu isaanitiin dura guyyoota lama (ykn yoo isaan mallattoolee hin agarre ta'e guyyaa qorannoo poozitivii isaanii dura guyyoota 2) irraa eegaluun hamma mallattoolee erga arganii booda guyyoota 10 (ykn yoo isaan mallattoolee hin qabaannee guyyaa qorannoo poozitivii isaanii booda guyyoota 10) tatamsasuu ni danda'u. Yoo namni qorannoo COVID-19 irratti pozeetivii ta'e tokko, yoo xiqaate guyyoota 5 adda erga baafamee booda, yeroo miira gaarii itti dhagahamu sa'atii 24-48 addaan bahee qorannoo antijeenii COVID-19 negaatiivii lama walduuraa duubaan argate, kana booda akka daddarbarsaatti hin ilaalamu. Yoo turtiin adda of baasuu nama tokko guyyoota 10 ol yoo ta'e (fkn, sababa dhukkubsateef ykn dandeettiin dhukkuba ittisuu isaa hir'ateef), hanga dhuma yeroo adda of baasuu isaatti daddarbarsaadha.

Namoota saaxiltanii jiraachuu maltan beeksisaa

Namoota dhiyeyn irratti argattan COVID-19 dhaf saaxilamanii jiraachuu akka malan itti himaa Nama COVID-19 dhan qabameef saaxilamtanii jiraachuu yoo maltan maal gochuu akka qabdan (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru). Walumaagalatti nama dhiyeyn irratti qunnaman ta'uu jechuun, yoo xiqqaate daqiqaa ida'amaa 15 fi isaa oliitif yeroo sa'aatii 24 keessatti nama COVID-19 qabu irraa fiitii 6 keessa turee jira jechuudha. Haa ta'u malee, haalawwan balaa saaxilamuu danda'an dabalan, kan akka bakka cufame, qilleensa gaarii hin taane ykn sochiwwan akka iyyuu ykn sirbuu raawwachuu keessa turtan yoo ta'e, ammas yoo fiitii 6 ol isin irraa fagaataniyyuu balaan namoota biroo faaluu ni jira. Yoo yeroo daddarbarsaa ta'uu dandeessan hojii irra turtan ta'e, akka namoota wajjiin hojjettan beeksisuu danda'aniif qacaraa keessan beeksisaa. Qacartoonni iccitii nama COVID-19 qabu eeggatanii hojjattoota iddo hoiitti COVID-19 dhaf saaxilaman beeksisuu qabu.

Yoo WA Notify (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) fayyadamtanii qorannoo COVID-19 dhaf pozeetivii taatan, WA Notify fayyadamudhan fayyadamtoota biroo saaxiluu maltan osoo isin hin beekin akekkachiisuu dandeessu. Kunis namoonni aappii kana fayyadaman kanneen saaxilamuu malan of eegganno gochuudhan ofii isaanii fi namoota naannoo isaanii jiran akka ittisan ni taasisa. Yoo qorannoo of-qorannaatin (self-test) ykn karaa laabraatoorii ykn tajaajila qorannoo dhiyessaa irratti hundaa'een COVID-19 dhaf pozeetivii taatanii fi ergaa barreeffamaa koodii mirkaneessaa DOH irraa hin arganne ta'e, WA Notify keessatti koodii mirkaneessaa gaafachuu dandeessu. Yeroo WA Notify fayyadamtan odeeoffanno dhuunfaa ykn adda bahee beekamuu danda'u kamiyyuu hin sassaabamu ykn hin qoodamu. Koodii mirkaneessaa gaafachuuf:

1. Meeshaa moobaayilaa keessan (Android ykn iPhone) fayyadamuun koodii QR scan godhaa ykn koodii mirkaneessaa gaafadhaa (Afaan Ingiliffaa qofa):



2. Lakkoofsa bilbilaa meeshaa keessan kan WA Notify fayyadamuu fi guyyaa qorannoo COVID-19 pozeetivii itti taatan galchaa.
3. "Continue" (Itti fufi) kan jedhu filadhaa.

Yoo isin WA Notify keessatti koodii mirkaneessituu gaafachuu hin dandeessan ta'e, sarara bilbilaa COVID-19 Isteetaa 1-800-525-0127 irratti bilbiluu, achumaan # irratti cuqaasuu fi hojjattooni sarara bilbilaa isin akka fayyadamaa WA Notify taatan akka beekan godhoo qabdu. Fayyadamtooni WA Notify biroo tarii saaxilamaniiru yoo ta'e akka akekkachiistaniif hojjattooni sarara bilbilaa irra hojjatan geessituu mirkaneessaa isiniif kennuu ni danda'u.

Odeeffannoo dabalataatif, maaloo "[Akka itti yoo of-qorannoodhan COVID-19 dhaf pozeetivii ta'an namoota biroo itti beeksisan](#)" (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) kutaa [WANotify.org](#) irratti (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) daawwadhaa. Akkaataa bilbila keessanitti itti dabaltan dabalatee waa'ee WA Notify caalaatti baruu yoo barbaaddan, [WANotify.org](#)< daawwadhaa (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru).

Af-gaaffii fayyaa hawaasaa irratti hirmaadhaa

COVID-19 dhaan yoo qabamtan, yeroo heddu karaa bilbilaatin, namni waajjira fayyaa hawaasaa irraa isin qunnamu jira. Namni af-gaaffii isin gaafatu maal gochuu akka qabdaniif fi gargaarsi akkamii akka jiru akka hubattan isin gargaaru. Namni bar-gaaffii isin gaafatu maqaa fi karaa ittiin nama yeroo dhiyootti tuttuqqii gootan argatan nii gaafatu. Odeeffannoo kana kan isin gaafataniif, tarii dhibichaaf saaxilamanii turuu akka malan itti himuufi. Maqaa keessan nama tuttuqqii qaamaa wajjin taasiftan sanatti hin himan warrii isiin gaafatan.

Yeroo ofiin of ilaaltanitti yoo of irratti argitaan

Odeeffannoo dabalataatif, maaloo [Interim SARS-CoV-2 Self-Testing Guidance](#) (Afaan Ingiliffaa qofa) ilaala.

Adda bahanii turuu fi yerodhaaf qophaatti adda bahuu gidduu garaa garummaa maaltu jira?

- **Adda bahuun**, COVID-19'n qabamtan yoo ta'ee fi bu'aa qorannoo eeggataa jirtu yoo ta'e, yookin COVID-19'n qabamtan yoo ta'e waanta gootaniidha. Adda bahuun, dhibichi akka hin daddabarre ittisuuf jecha [yeroof](#) (Ingiliffa qofaan) mana turuu fi namarraa (misesnosta maatii dabalatee) adda bahuudhan turtu jechuudha.
- **Kophaa Turuu** jechuun, yoo qabamtanii fi daddarbarsaa taatanillee COVID-19 erga saaxilamtanii booda mana turuu fi namoota biraan irraa fagaachuu jechuudha. Boodarra COVID-19' qabamtan yoo ta'e yookin mallattooleen COVID-19 isin irratti mul'ate yoo ta'e, yerodhaaf qaophaatti adda bahanii turuun gara adda bahuutti ceha (quarantine becomes isolation).

Qabeenyaa Fayyaa Sammuu fi Amalaa

Maaloo fuula marsariitii DOH [Qabeenyota Fi Eeruuwan Fayyaa Amalaa](#) (Afaan Ingiliffaa qofa) ilaala.

Odeeffannoo fi maddoota dabalataa COVID-19

Odeeffannoo yeroo ammaa [haala COVID-19 Washington](#) (Afaan Ingiliffaa qofa), [Labsii Bulchaa Inslee](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru), [mallattoolee](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru), [akkaataa itti daddarbu](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru), [akkamitti fi yoom namoonni goratamuu akka qaban](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru), fi [talaalliiwan eessatti akka argaman](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru) irratti odeeffanno waqtaawaa qabaadhaa.

Odeeffannoo dabalataaf [Gaaffilee Yeroo Hedduu Gaafataman](#) (Ingiliffa qofaan) keenya ilaala.

Eenyummaan/sanyiin yookin lammummaan nama tokkoo ofii isaatiin namni tokko balaa olaanaa COVID-19 dhaan qabamuu akka qabatu hin taasisu. Haa ta'u malee, hawaasota eenyummaadhaan (halluudhan) adda baafaman irra haalan adda ta'een sababa dhibee COVID-19 tiin dhiibbaan gahaa akka jiru deetaan ni mul'isa. Kunis kan ta'uu danda'ef sababa dhiibbaa sanyummaa fi keessumattuu sanyummaa caasaa qabu kan gareewwan muraasni ofii isaanii fi hawaasota isaanii irraa ittisuuf carraawwan gadi aanaa ta'e akka qaban taasisuuni. [Maqaa namaaf kennanii nama qoodun dhibicha ittisuuf hin gargaaru](#) (Ingiliffa qofaan). Jette jetee fi odeeffannoob sobaa akka hin babal'anneef, odeeffannoob dhugaa qofa qoodaa.

- [Weerara Department of Health Isteetii WA 2019 Novel Vaayirasii Koronaa \(COVID-19\)](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni argamu)
- [Deebii Koronavaayirasii \(COVID-19\) Isteetii WA](#) (afaan dabalataa muraasni ni jiru)
- [Qajeelcha Fayyaa ykn Aanaa Naannoo Keessanii Barbaadaa](#) (afaan dabalataa tokko tokko ni jiru)
- [Koronavaayirasii \(COVID-19\) CDC](#) (afaanoni dabalataa tokko tokko ni argamu)

Gaaffiilee dabalataa qabduu? Sarara bilbilaa odeeffannoob COVID-19 keenya **1-800-525-0127** irratti bilbilaa. Sa'aatii bilbilaa:

- Wiixata ganama 6 irraa eegalee hanga galgala sa'aa 10tti.
- Kibxataa hanga Dilbata ganama sa'aa 6 irraa kaasee hanga galgala 6 tti.
- [Guyyaa ayyaanota Isteetii Ilaalamee](#) (Ingiliffa qofaan) ganama sa'aa 6 irraa eegalee hamma galgala sa'aa 6 tti.

Tajaajiloota hiikaa afaaniif, yeroo isaan deebisan **# cuqaasudhaan afaan keessa dubbadhaa**. Gaaffilee waa'ee fayyaa keessanii yookiin bu'aawwan qorannootif, maaloo dhiyeessaa eegumsa fayyaa keessan quunnamaa.

Galmee kana bifa biraatiin dookumentii kana gaafachuudhaaf 1-800-525-0127 irratti bilbilaa. Maamiltoota dhagahuu hin dandeenye yookin dhagahuudhaaf baay'ee rakkattan yoo taatan, maaloo 711 ([Washington Relay](#)) irratti bilbilaa yookin civil.rights@doh.wa.gov irratti imeelii ergaa.